

## **Zitate zum Dialog**

### **Denkanstöße, keine Wahrheiten**

Wir schlagen vor, gemeinsam zu erkunden, was jeder von uns sagt, denkt, fühlt, darüber hinaus aber auch die tiefer liegenden Beweggründe, Annahmen und Glaubenssätze, die dieses Sagen, Denken, Fühlen bestimmen.  
*David Bohm*

Wo aber das Gespräch sich in seinem Wesen erfüllt, zwischen Partnern, die sich einander in Wahrheit zugewandt haben, sich rückhaltlos äußern und vom Scheinwollen frei sind, vollzieht sich eine denkwürdige, nirgendwo sonst sich einstellende gemeinschaftliche Fruchtbarkeit.  
*Martin Buber (Das dialogische Prinzip)*

Gutes Zuhören heißt nicht so sehr, anderen zuzuhören, als sich selbst.  
Eine gute Sicht zu haben heißt nicht so sehr, andere zu sehen, sondern sich selbst.  
Denn die, die sich nicht selbst zuhören, können die anderen nicht verstehen;  
und sie sind selbst blind gegenüber der Wirklichkeit anderer, wenn sie nicht in sich selbst eingedrungen sind.  
Ein guter Zuhörer versteht selbst dann, wenn nichts gesagt wird.  
*A. de Mello*

Wie höre ich anderen zu?  
So, als wäre jeder mein Meister, der seine kostbaren letzten Worte spricht.  
*Hafis*

Die wahre Entdeckungsreise liegt nicht darin, neue Länder zu erkunden, sondern die Wirklichkeit mit neuen Augen zu sehen.  
*Marcel Proust*

Erkläre mir etwas auf die beste Weise, und ich werde es vergessen. Zeige mir etwas, und ich werde mich daran erinnern. Lass mich etwas selbst versuchen, und ich werde es verstehen.  
*Konfuzius*

Ich meine überhaupt, Politiker sollten Zuhörerseminare besuchen statt Rednerschulungen. Dann wäre vieles besser.  
*Johannes Rau*

Es gibt keine Methode. Es gibt nur Achtsamkeit.  
*J. Krishnamurti*

Draußen, vor der Vorstellung von recht machen und falsch machen ist ein Feld. Da will ich mich mit dir treffen. Wenn die Seele sich dort ins Gras legt, ist die Welt zu voll, um darüber zu reden.  
*Rumi*

Warum leiten wir unsere Selbstachtung von dem ab, was wir wissen anstatt von dem, was wir lernen?  
*Peter Senge*

Die wichtigste Stunde in unserem Leben ist immer der gegenwärtige Augenblick;  
der bedeutsamste Mensch in unserem Leben ist immer der, der uns gerade gegenüber steht;  
das notwendigste Werk in unserem Leben ist stets die Liebe.  
*Leo Tolstoi*

Unsere tiefste Furcht ist nicht, dass wir nicht genügen. Unsere tiefste Furcht ist, dass wir über alle Maßen kraftvoll sind. Es ist unser Licht, das uns am meisten Angst macht und nicht unsere Dunkelheit.

Wir stellen uns die Frage, wer bin ich, so brillant, so wunderbar talentiert und hervorragend zu sein?

Übrigens, wie kommst du dazu, es NICHT zu sein? Du bist ein Kind Gottes. Dich klein zu halten dient der Welt nicht. Dich klein zu halten, damit die anderen um Dich herum sich nicht unsicher fühlen, das hat nichts mit Erleuchtung zu tun.

Wir sind geboren, um die Größe Gottes, der ins uns lebt, zu verwirklichen. Diese Größe ist nicht nur in einigen von uns, sie ist in jedem Menschen!

Und wenn wir unser Licht leuchten lassen, dann geben wir unbewusst anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun. Wenn wir selbst von Angst frei sind, dann sind die anderen durch unser Da-Sein auch frei.

*Nelson Mandela*

Die fünf Freiheiten

- Die Freiheit, das zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, anstatt was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.
- Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke, und nicht das, was von mir erwartet wird.
- Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
- Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche, anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
- Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen, anstatt immer auf Nummer sicher zu gehen und nichts Neues zu wagen.

*Virginia Satir*

Gott hat dem Menschen zwei Ohren und einen Mund gegeben, damit er mehr hören und weniger reden soll.

*Jüdische Weisheit*

Ich habe keine Lehre, aber ich führe ein Gespräch.

*Martin Buber*

Sich wirklich annehmend in die Welt eines anderen zu begeben, schafft eine ganz besondere Bindung, die meiner Erfahrung nach nicht ihresgleichen hat.

*Carl Rogers*

Jede lebendige Situation hat trotz aller Ähnlichkeiten ein neues Gesicht, nie da gewesen, nie wiederkehrend. Sie verlangt eine Äußerung von dir, die nicht schon bereit liegen kann. Sie verlangt nichts, was gewesen ist. Sie verlangt Gegenwart, Verantwortung, DICH.

*Martin Buber*

Wenn der Wind der Veränderung bläst, bauen die einen Windmühlen und die anderen Mauern.

*Unbekannt*

Frage dich nicht, was die Welt braucht.

Frage dich, was dich lebendig werden lässt und dann geh los und tu das.

Was die Welt nämlich braucht, sind Menschen, die lebendig geworden sind.

*Harold Witman*

Die Welt, in der wir leben, entsteht aus der Qualität unserer Beziehungen.

*Martin Buber*

Wir erleben den natürlichen Zauber einer Begegnung, wenn wir lernen, anderen Menschen so zu begegnen, als würde ein Teil von uns selbst nach Hause kommen.

*Stephan Ludwig*

Der Unterschied zwischen Beobachten und Urteilen ist wie atmen und beißen.

*Elias Canetti*

In den Zeiten des Wandels werden die Lernenden die Welt erben, während die Belehrteten sich wunderbar an eine Erde angepasst haben, die es nicht mehr gibt.

*Erich Hoffer*

Erst das Schweigen tut das Ohr auf für den Ton in allen Dingen.

*Romano Guardini*

Wenn der Dialog Menschen zur Bewusstheit verhilft, wird ihr Herz lebendig und sie finden ihren Weg.

*Hafiz*

Wie ein Sonnenstrahl treffen uns die Begegnungen, in denen wir den Blick freigeben auf unser Herz und einander zeigen, so wie wir sind.

*Jochen Mariss*

Nicht die Dinge an sich beunruhigen den Menschen, sondern das, was er darüber denkt.

*Epiktet*

Sagt nicht „Ich habe die Wahrheit gefunden“  
sondern lieber „Ich habe **eine** Wahrheit gefunden“.

*Khalil Gibran*

Heimat ist da, wo ich verstanden werde.

*Karl Jaspers*

Die wahre Entdeckungsreise liegt nicht darin, neue Länder zu erkunden, sondern die Wirklichkeit mit neuen Augen zu sehen.

*Marcel Proust*

Jede Begegnung, die deine Seele berührt, hinterlässt eine Spur, die nie ganz verweht.

*Lore-Lilian Boden*

Die Menschen vergessen, was du sagst und was du tust.

Aber wie sie sich in deiner Gegenwart gefühlt haben, vergessen sie nie.

*Maya Angelou*

Ich kenne nur zwei Meinungen, meine eigene und die Falsche.

Gemeinschaft entsteht durch Erzählen, nicht durch Belehrung.

*Günter Funke*

Der Ursprung allen Konflikts zwischen mir und meinen Mitmenschen ist, dass ich nicht sage, was ich meine, und das ich nicht tue, was ich sage.

*Martin Buber*

Sie haben sicher verstanden, warum wir zwei Ohren und nur eine Zunge haben; damit wir zweimal mehr zuhören und einmal weniger sprechen.

*Brajša*

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass allein die Tatsache, dass jemand uns mit dem Herzen zuhört, wenn wir ein Problem schildern, die Last schon leichter und das Thema klarer macht. Die Offenheit des Zuhörers wirkt ansteckend auf den Erzähler, sodass auch dieser sein Herz öffnen kann, und ist dies erst einmal geschehen, so stellt sich auch die Lösung ein. Diese Lösung kommt dann aus der Tiefe des Herzens des Betreffenden.

*Safi Nidiaye, Das Tao des Herzens*

„Was ist herrlicher als Gold?“ fragte der König. „Das Licht“, antwortete die Schlange.

„Was ist erquicklicher als Licht?“ fragte jener. „Das Gespräch“, antwortete diese.

*J. W. v. Goethe in „Das Märchen“*

„Vertrauen ist eine Oase im Herzen, die von der Karawane des Denkens nie erreicht wird.“

*Khalil Gibran*